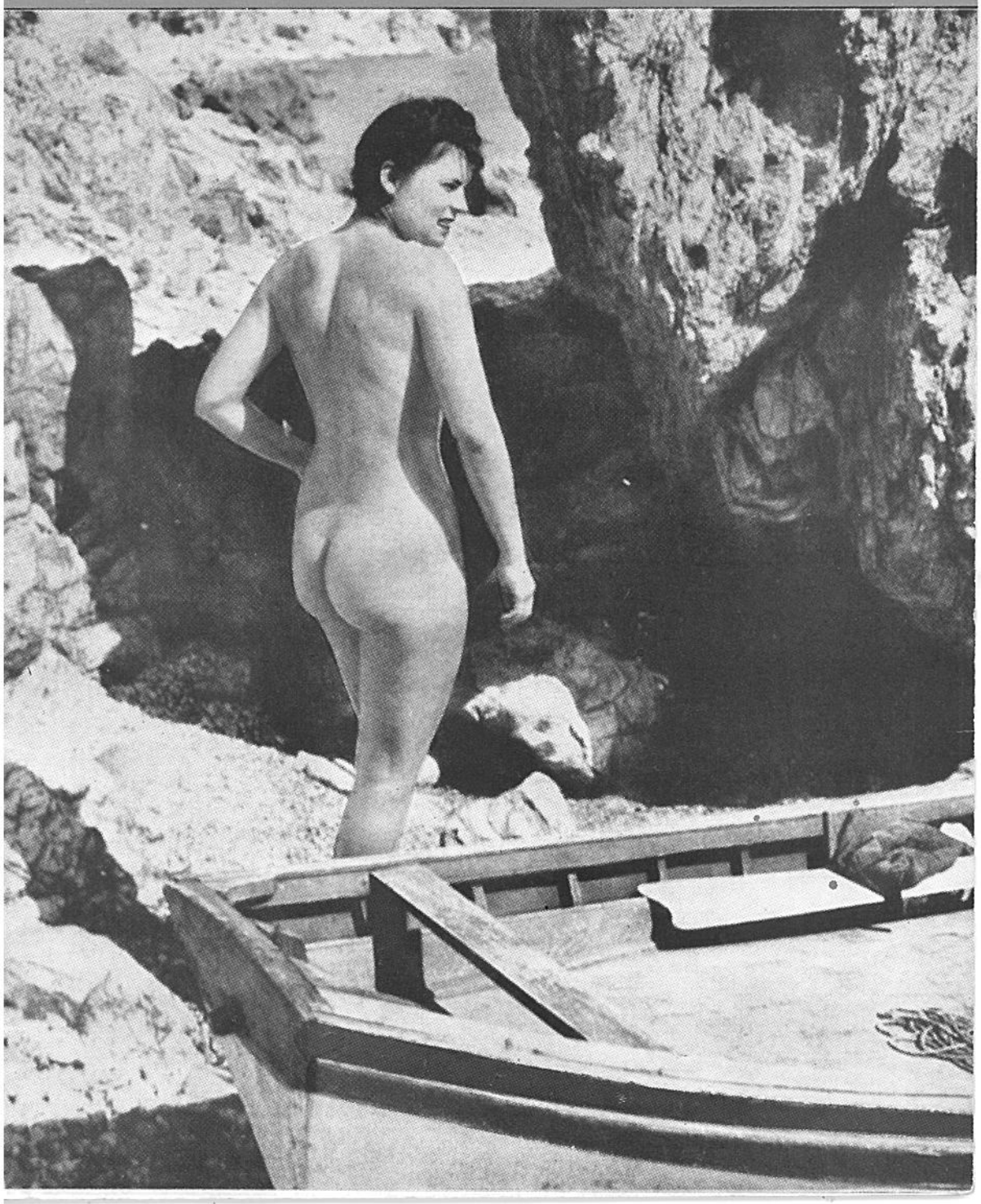
Saúde e NUDISMO

EM TODO O BRASIL
Cr$ 10,00



AVISO IMPORTANTE

A todos os assinantes e leitores desta Revista, avisamos que deverão remeter, com a máxima urgência, para o dr. José Fernando Vasconcellos Carreira, rua Fernando Esquerdo, 885 – Maria da Graça – Méier – Distrito Federal – a sua ficha individual completa, da seguinte forma:

Nome por extenso: .....
Filiação: .....
Naturalidade: .....
Nacionalidade: .....
Idade: ..... Estado Civil: .....
Residência: .....

CARO LEITOR — NÃO HA' NECESSIDADE DE VOCÊ INUTILIZAR UMA PÁGINA DA SUA REVISTA PARA SATISFAZER ESTA EXIGÊNCIA! BASTA COPIAR A FICHA E PREENCHÊ-LA COM LETRA LEGÍVEL, E NOS REMETER.

Motiva êste pedido a necessidade que temos de organizar um fichário completo que nos facilite, mais tarde, à fiscalização para a distribuição dos bilhetes relativos ao nosso concurso, bem como de nossos futuros álbuns.

★

AGUARDEM PARA JANEIRO PRÓXIMO AS REEDIÇÕES DOS 1.º, 2.º E 3.º NÚMEROS DE "SAÚDE E NUDISMO" COM AS QUAIS SATISFAREMOS OS INÚMEROS LEITORES QUE TÊM PREJUDICADAS AS SUAS COLEÇÕES!

SAÚDE E NUDISMO

"ALMA SÃ NUM CORPO SÃO"

ANO I | Rio de Janeiro, Julho de 1952 | N.º 6

Ainda Há Juizes no Brasil!

A JUDICIOSA SENTENÇA DO DR. BANDEIRA STAMPA, QUE ABSOLVEU OS NOSSOS DIRETORES, REFLETE BEM A REALIDADE DO SÉCULO

EM BRILHANTE sentença, o ilustrado Juiz, Dr. Carlos Luiz Bandeira Stampa, sanou, de uma vez por tôdas, a controvérsia criada sôbre se imorais ou não as revistas de "sex-appeal". SAÚDE E NUDISMO, que teve algumas edições apreendidas, não podia esperar outro epílogo para o processo que envolveu os seus diretores, uma vez que sempre confiou na justiça e nos homens que, como o Meretíssimo Juiz da Quarta Vara Criminal, julgam com o Código na mão. Não vamos fazer comentários sôbre a sentença, pois sua publicação basta como fruto do bom senso e serve de lição para os falsos puritanos. Com a nossa absolvição, que criou um novo clima de confiança, estamos mais seguros, doravante, para replicar aos que nos atacaram que nenhum crime cometíamos e difundir o princípio nudista, coisa que existe, muito bem organizado, nos principais centros da civilização do Velho Mundo. Não somos pornográficos, não somos obcenos e nossos artigos não vêem eivados de malícia e, sim, são científicos e criteriosos. Não atacamos a família, antes a defendemos, porque combatemos, de dedo em riste, a maldade. Nossos nus são publicados em tôda a Europa e, se levarmos em consideração, lembramos que os mais altos prêmios conferidos à pintura foram conquistados com nus, posados ou não. Daí a confiança que nunca nos abandonou cujo resultado vimos no êxito final do processo que envolveu os nomes de nosso ex-diretor, Dr. Donário José de Souza, e Dr. José Fernando Vasconcelos Carreira, que manteve até o fim o seu ponto vista, qual seja o de que a maldade não está no nu e, sim, nos princípios educacionais de quem o veja. Abaixo, como satisfação à Justiça e aos nossos leitores, publicamos, na íntegra, a brilhante sentença que veio pôr término a uma pendenga que nos aborrecia, dadas as controvérsias que surgiam na maneira de vêr, sentir e intepretar a nossa publicação.

CERTIDÃO

JUIZO DE DIREITO DA QUARTA VARA CRIMINAL

"Escrivão da Quarta Vara Criminal do Distrito Federal, Capital da República dos Estados Unidos do Brasil, etc., CERTIFICA que revendo em seu poder e cartório os autos de processo crime em que é autora a JUSTIÇA PÚBLICA e acusados: DONÁRIO JOSE' DE SOUZA e JOSE' FERNANDO VASCONCELOS CARREIRA,

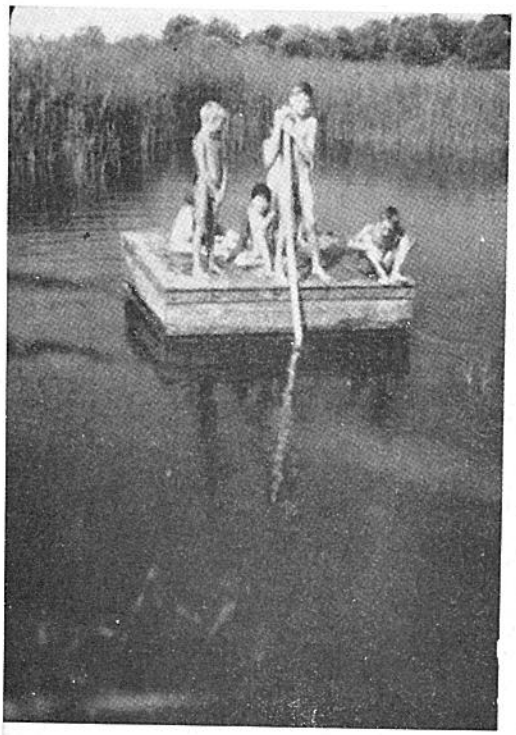
(Continúa na página 8)

ENTRE NÓS

ILMO. SR REDATOR.

As suas apreciações, nos últimos números sôbre diversas questões do movimento da F. K. K. animaram-me tomar posição em um problema que, até hoje, ninguém observou. Trata-se do "maillot". Uma vestimenta que foi inventada na segunda parte do século passado. Eu o vejo (como tôda roupa) consequência do aparecimento da moda e não me permito, por isso, a entrar em outros detalhes já respondidos e defendidos pelos interessados, justificando o uso do mesmo como garantia da moral no momento do banho. Algumas dezenas de anos após o uso da roupa de banho, começou uma onda contra que, pela ordem das coisas, tinha de ser restrita e por isso se limitava sòmente pela fundação de clubes. Infelizmente — repito infelizmente — deturparam as finalidades, com uma série de aspirações da forma da vida, o que automàticamente caminhava para uma conspiração. Os resultados foram imediatos e todo aquele que, esclarecido, de um instinto são, repudiava a roupa de banho, foi forçado a dobrar-se aos estatutos.

Todos os clubes, e a quantidade dêles na Alemanha era bastante apreciável, trataram da roupa de banho apenas como uma peça a mais no conjunto das inúmeras outras aspirações.



Mas com isso, e isto é o ponto agudo, não se tinha a solução para a grande massa.

Numa revista européia indicaram, uma vez, há alguns anos, uma determinada praia na ilha do "Sylt", aonde era possível banhar-se à vontade sem interferência da polícia. Esta é a questão. Poder banhar-se à vontade em tôda parte do globo. Claro e bem compreendido, no meio dos respectivos clubes. Eu conheci a ilha do "Sylt" em 1921 e já naquela época era famoso o seu campo — "Klappholstal".

Com satisfação, nos próximos anos observei que os chamados "territórios livres" se multiplicaram consideràvelmente. Isto foi um enorme passo, pois as grandes massas não podiam frequentar uma ou outra determinada praia, longe, dependendo de viagens e acarretando maiores despesas.

Acho que o senhor, na sua revista, deve lutar justamente por êste ideal, de fundarem-se muitos campos, para que os cultores da vida ao ar livre possam praticar esportes e

(Continúa na página 26)

SAÚDE E NUDISMO

(ALMA SÃ NUM CORPO SÃO)
Registrada no D.N.P.I. sob o n. 215.243

DIRETOR-PROPRIETÁRIO E GERENTE:
DR. JOSÉ FERNANDO VASCONCELLOS CARREIRA

ASSINATURAS:

As assinaturas para todo o território nacional custam Cr$ 150,00 e devem ser enviadas sob registro ou pelo Serviço de Reembôlso Postal, em nome do Diretor-Proprietário e Gerente para a nossa redação: Rua Fernando Esquerdo, 385 - Maria da Graça - Estação do Méier - Distrito Federal - RIO DE JANEIRO

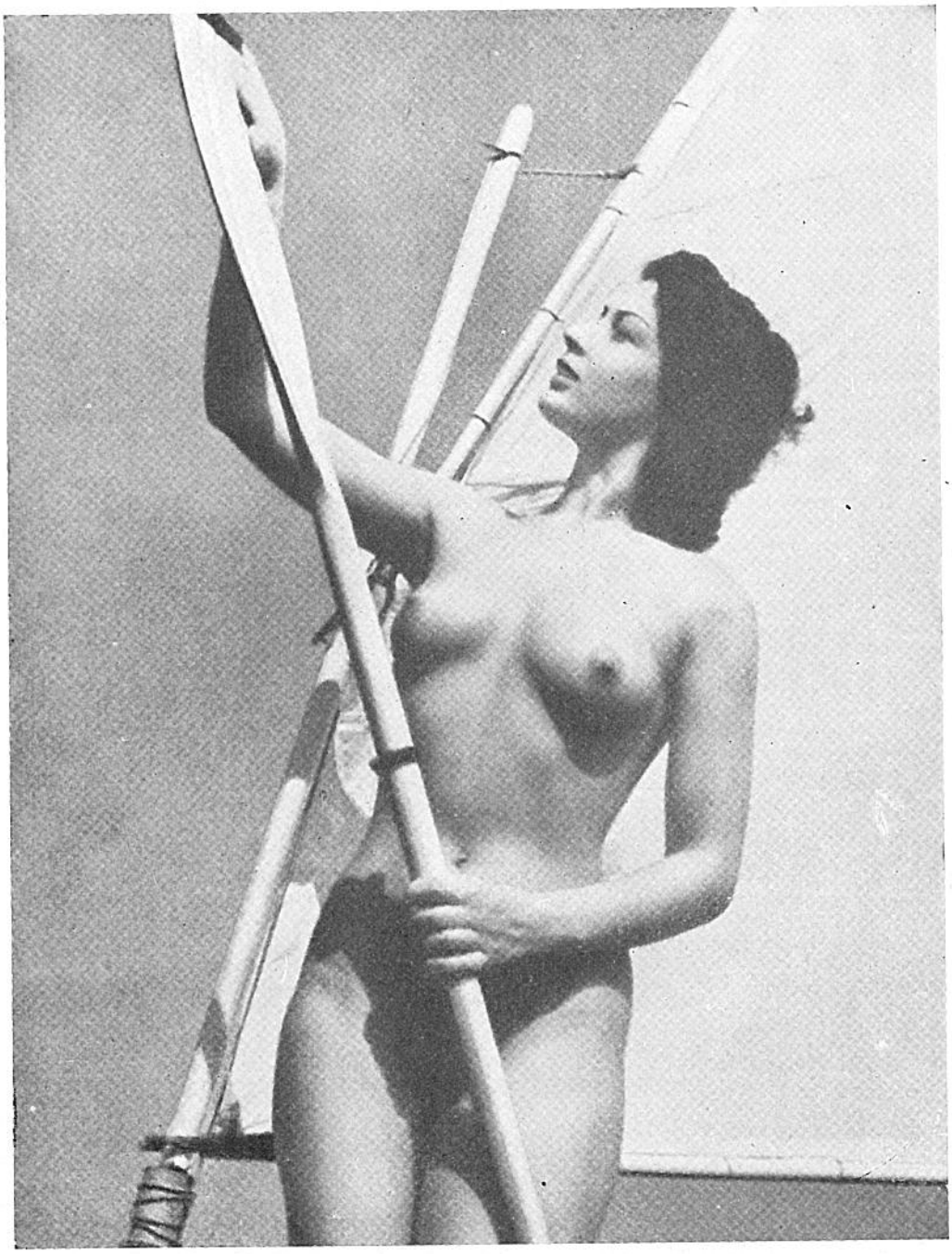
AVISO IMPORTANTE

A venda desta Revista é expressamente proibida a menores de 18 anos, assim como a abertura de suas páginas internas nas bancas de jornais desta Capital e do Interior, cabendo a responsabilidade direta pelo não cumprimento do mesmo, aos que o infringirem.

PREÇO PARA TODO O BRASIL: CR$ 10,00

Pedidos de números atrasados ou de representação e distribuição no interior do País, ao sr. José Fico, rua da Constituição, 56-1.º — Tel.: 52-7266 — RIO DE JANEIRO

Impressa na Editora de Revistas e Publicações "S. A. ERICA"

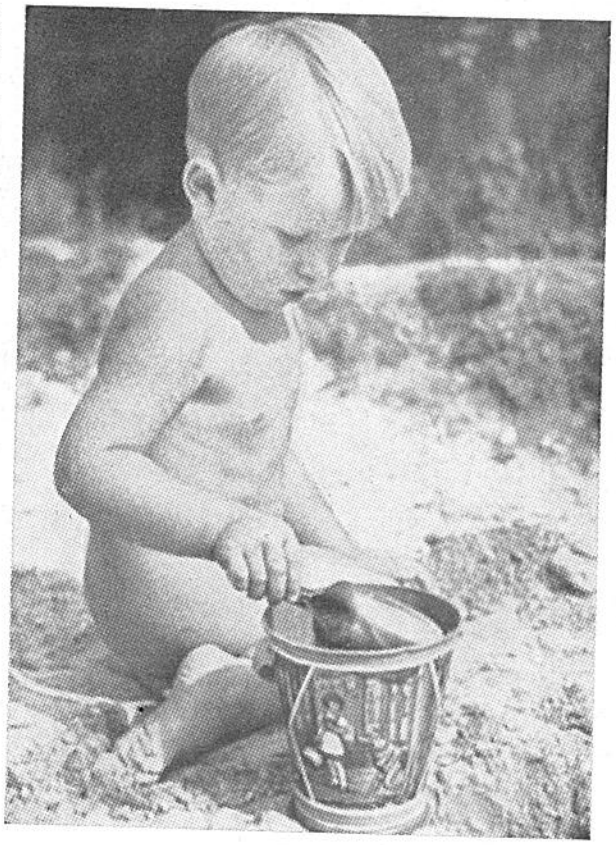


Esta bela nudista examina o remo para, no caso de calmaria, não se ver em apuros

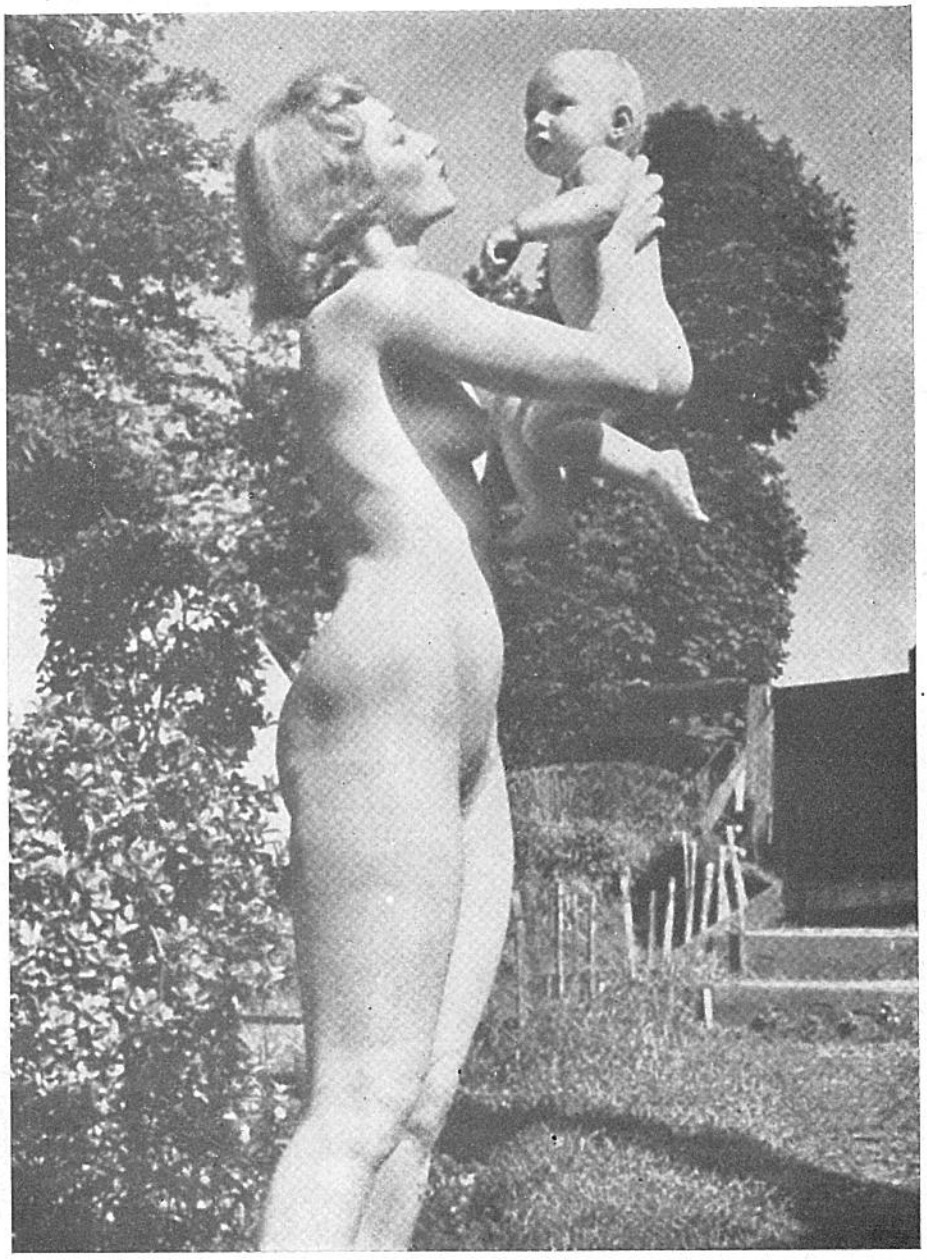
HÁ GÔSTO PARA TUDO

HOJE, caro leitor, dirigimos a você nêste tópico, com o fim exclusivo de darmos uma satisfação do que tem sido nossa luta. Temos em mãos uma vasta correspondência de todos os recantos do país, uns pedindo e outros até exigindo, informes os mais diversos sôbre os nossos objetivos. Por isto daremos uma explicação sôbre alguns ângulos aos nossos já atingidos 30 mil leitores.

Existe uma infinidade de tipos de leitores porém, para o nosso caso, especificaremos apenas dois: os que folheiam, à primeira vista detendo-se mais nas fotos e, ao folhear novamente lêem um ou outro artigo, fixando-se novamente nas figuras; e os que, mais apurados, lêem e vêem a revista folha por folha, artigo por artigo, para depois fazerem um exame nas fotos. Determinados leitores reclamam os clichês publicados fazendo críticas amigáveis quanto as fotos, desconhecendo a grande dificuldade que existe para se obter material autêntico. Publicamos fotos que nos vêem, na totalidade do estrangeiro. Pessoas vindas da Europa, membros dos campos de nudismo europeus, é que nos fornecem, uns por idealismo outros apenas por entusiasmo à causa e outros ainda com espírito puramente comercial. Mas a fim de prosseguirmos na luta, não temos medido esforços no sentido de mantermos bem alto o serviço fotográfico estampado em nossas páginas. Já estamos com contratos com alguns campos de nudismo europeus e esperamos dentro de pouco tempo receber um grande e rico sortimento de fotos autênticas das atividades do livre culturismo no Velho Mundo. Sabendo que por enquanto não temos, siquer, campo de nudismo no Brasil, poderão os leitores avaliar a nossa luta, isto porque não publicaremos fotografias "arranjadas" em nossos studios. E' importante frizar que a nossa revista é fiscalizada e autorizada pelos nossos órgãos governamentais, sendo-nos mesmo, se o desejassemos, impossível qualquer leviandade ou deturpação de fatos ou fotos sem que nos causassem uma grande série de contrariedades. O mesmo acontece com a matéria que abordamos em SAÚDE E NUDISMO que, por se ajustarem aos problemas cotidianos, a uns agrada e a outros desgosta. Nossos originais não são criados da imaginação nem nossos clichés são de ambiente adrede preparados: êles expressam a verdade porque têm origem de fato. Se nos fosse dado agradar a todos os leitores, quer em fotos quer em textos, seriamos os editores mais felizes do mundo. Resumindo nossa palestra, podemos afiançar que estamos preparados para dias melhores e esperamos mesmo poder satisfazer o maior número possível de leitores, os quais merecem o nosso respeito e a nossa grande estima. Qualquer crítica ou pedido de esclarecimentos técnicos sôbre o movimento nudista universal, poderá ser redigido à nossa redação ao — DR. SABE TUDO.



Divertindo-se com seu brinquedo e tomando banho de sol



Uma nudista da F. K. K. facilita à sua filhinha um banho de sol integral, que lhe será benéfico

Saúde, Robustez, Fôrça e Beleza

E AINDA LONGEVIDADE MEDIANTE UM REGIME SÓBRIO DE FRUTAS E VERDURAS

Segundo se lê num artigo de Rael Bireber, existem no norte da índia uns montanheses chamados "hounzas", que atingem uma idade muito avançada não obstante a rudeza do clima, a falta de recursos e ausência de médicos. Quando um filho adoece, envolvem-no numa manta quente, deitam-no no solo em lugar sombrio e a febre cede. Os velhos têm o olhar quase tão claro como os adolescentes e há camponêsas velhas que têm filhos e amamentam êstes e os netos. As mulheres são formosas e conservam a elegância das formas até aos cinquenta anos. Os homens são perfeitos, fortes e musculosos

Ali, tôdas as doenças clássicas são desconhecidas, não há um canceroso, um tuberculoso, um diabético. Ignora-se o que é ter um dente cariado.

A explicação dêste fenômeno está na arte de viver e de comer estabelecida no decorrer da vida milenária. A sobriedade é digna dos spartanos, entre os "hounzas", dando-se então êste paradoxo: a razão principal da sua resistência física está precisamente na pobreza do país. A fome obriga-os a jejuns. Nenhum elemento do seu regime alimentar é importado, a não ser o sal. Não importam, portanto, açúcar industrial, chá, azeite, especiarias e trigo.

Só uma vez por mês comem carne, nas épocas de mais prosperidade. Há um período de três mêses seguidos em que não a comem. A alimentação é quase exclusivamente vegetariana e crua, com predomínio das frutas. Não consomem condimentos, além de um pouco de sal. A comida que ingerem é sempre em pequenas quantidades. Não bebem vinho ou outra bebida alcoólica. Não fumam.

Êste povo atribui extraodinária importância ao cultivo de árvores e plantas frutíferas. Um provérbio "hounza" diz: "Tua mulher negar-se-á a seguir-te até onde não prosperem os damascos".

Colhem cerejas, ameixas, ameixas-cerejas (fruta local), pêssegos, damascos, amoras, romãs, melões, peras, uvas e maçãs. Tôdas essas frutas são comidas de preferência frescas.

Costumam conservar a fruta entre palha, para a comerem a maior parte do ano. Os damascos secos são um alimento preponderante. No inverno, deitam-nos na água, a inchar, e depois é que os comem. Às amoras e os damascos secos, misturados com cerejas, são prensados em fôrma de pães e postos ao calor para se tornarem mais comestíveis.

Os cereais, uma vez moídos, são logo consumidos para evitar transformações químicas prejudiciais. A farinha não tem levedura nem é peneirada e os pães são feitos logo que foi moída, ficando suculentos.

Às vezes, as mulheres fazem pastéis com farinha de milho, ervilhas, amoras esmagadas ou bagos de plantas selvagens.

O caldo de cereais come-se diàriamente. A cevada cozida é alimento habitual.

Os "hounzas" só comem carne, muito pouca, quando a escassez de forragens os obriga a matar algum gado e convém aproveitá-la.

A falta de gorduras animais e de manteiga é suprida com a gordura das nozes e amêndoas. As papoulas e dormideiras fornecem o resto das gorduras necessárias para a cozinha.

Comem couves, cenouras, beringelas, batatas, tomates. Os legumes são cozidos a fogo lento e o caldo resultante é bebido pelos "hounzas" com satisfação.

Também usam a "polenta", massa ou pasta de farinha de milho, feita com água e sal, algumas vezes com queijo e manteiga, na época em que esta existe.

Saúde, robustez, fôrça, beleza e felicidade, tudo porque a falta de carnes e o hábito da sobriedade os leva a viver de frutos e vegetais, com o que atingem a idade centenária.

Veja-se êste exemplo.

("*De Natura*").

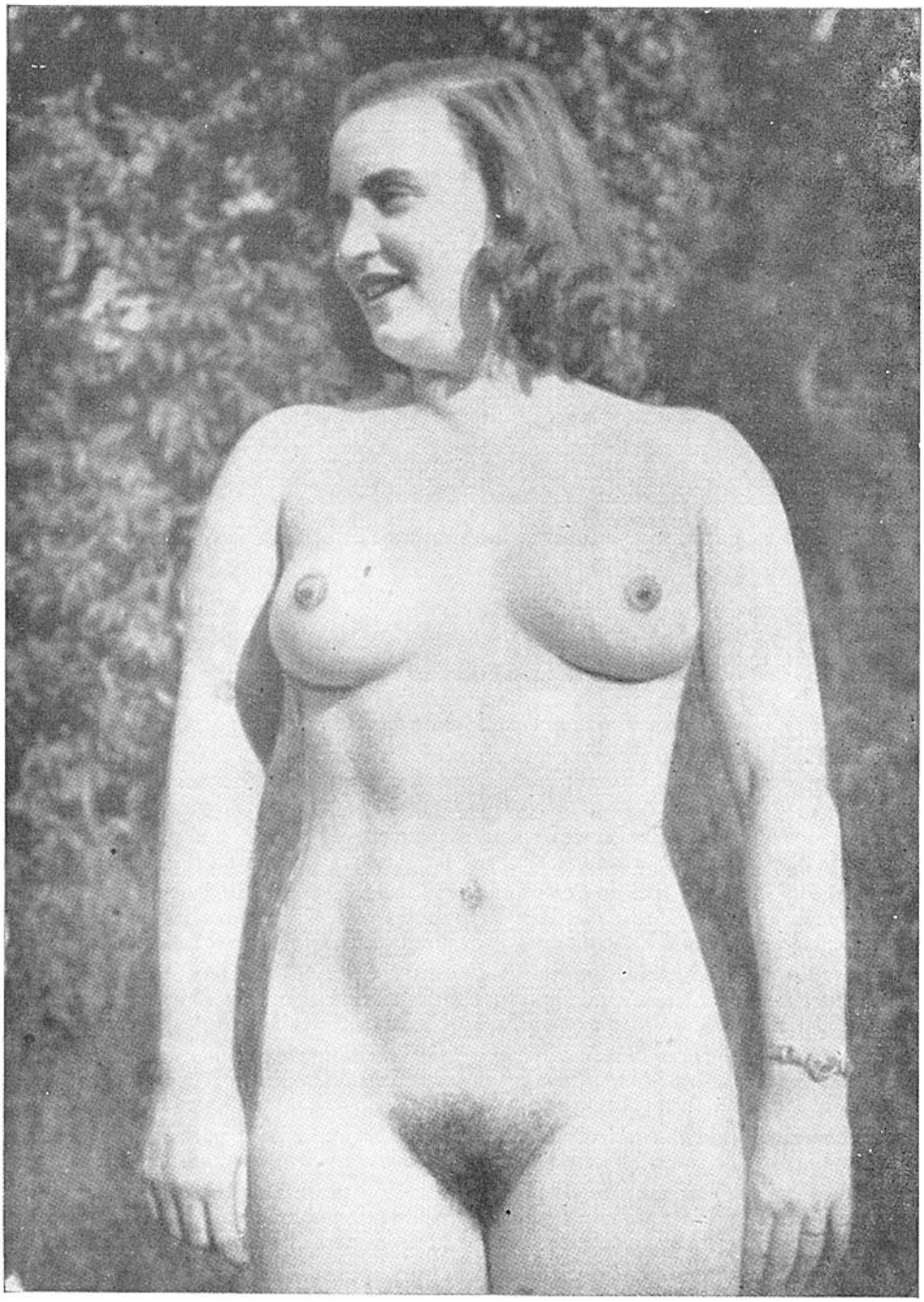
Num lindo recanto da Inglaterra, esta cultora da vida ao ar livre contempla o vergel

Ainda Há Juizes no Brasil!

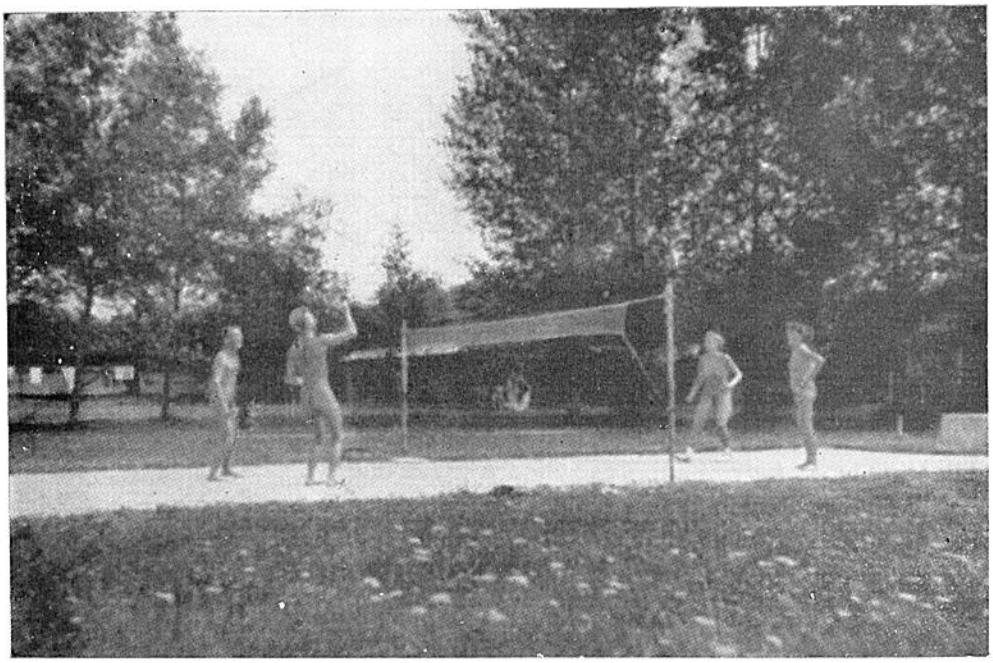
(Continuação da primeira página)

autuados na Delegacia de Costumes e Diversões pelo artigo duzentos e trinta e e quatro do Código Penal, processo distribuido a êste Juizo onde tomou o número nove mil oitocentos e noventa e seis, dêles consta e atendendo o que lhe foi pedido verbalmente por certidão verbo ad-verbum a seguinte peça: — SENTENÇA DE FLS. 59-60v. — Vistos, etc. O Ministério Público denuncia Donário José de Souza e José Fernando Vasconcelos Carreira, nestes autos qualificados, como incursos nas penas do artigo duzentos e trinta e quatro do Código Penal, pelo fato narrado a folhas dois. Na presente ação penal foram observadas as necessárias formalidades legais. Tudo foi devidamente examinado. Diz a denúncia, tendo em vista o laudo pericial de folhas vinte e oito e vinte e nove, que os acusados fizeram publicar na Revista em questão fotografias de mulheres e homens nus, tôdas estudadas e propositais, algumas mesmo obcenas. Repete assim o que afirmaram os senhores peritos no laudo aludido, que teve em vista o exemplar que se vê a folhas trinta da revista em causa. Neste exemplar aparecem nuas, em atitudes diversas, algumas em ambiente esportivo, outras em contácto íntimo com a natureza. Há inclusive fotografia de um homem nu, em uma praia. O crime definido no artigo duzentos e trinta e quatro do Código Penal consiste em "fazer, importar, exportar, adquirir, ou ter sob sua guarda, para fim de comércio, de distribuição ou de exposição pública, escrito, desenho, pintura, estampa, ou qualquer objeto obceno". E no parágrafo único do mesmo artigo previstas estão outras formas de execução do mesmo crime. Resume-se enfim, o problema em saber se as fotografias em causa devem, ou não, ser consideradas como obcenas, posto que não se discute que realmente exposta a venda estava a revista. Em matéria criminal, onde não se admite, falo de Direito Penal Substantivo, nem mesmo o emprêgo da analogia, muita prudência deve haver no entendimento do que possa ser considerado como obceno. O conceito de obcenidade, como de resto todos os conceitos, variam no tempo e no espaço. Noutras épocas, que já vão muito longe, uma fotografia de mulher nua seria por certo obcenidade imperdoável. Se recuarmos mais ainda no tempo chegarmos pelo caminho da religião, ao Paraíso, veremos que o natural era a mulher nua e que com a maçã surgiu então a noção do pecado. Nos dias que correm, quando as vezes a elegância feminina não está em vestir bem e sim em despir de acôrdo com a moda, seria fingimento imperdoável considerar uma obcenidade o simples fato de ver uma fotografia de mulher nua. Pior, muito pior, é o espetáculo de todos os dias nas nossas praias, outrora tão acolhedoras e de ambiente tão familiar, o que já pertence ao passado e só existe hoje na história do Rio antigo. Portanto não podendo ser considerados como obceno o que, por meio de fotografias, foi publicado na revista em questão, não há como falar na configuração do ilícito penal definido no artigo duzentos e trinta e quatro do Código Penal. Não cabe aqui discutir se é ou não conveniente a prática do nudismo, se no nosso meio e para nossa gente, tal prática seria, ou não, um benefício. E' matéria que foge ao objetivo dêste processo que é tão só e únicamente o de declarar se houve, ou não, crime, se há ou não criminoso. Mesmo sob a conveniência de ser publicada, como vem sendo, a revista em aprêço, se deve ou não ser exposta a venda, se há, ou não, necessidade

(Continúa na página 10)



Com um relógio para controlar o tempo dos exercícios, esta alemã está apta para iniciá-los



Saúde é vida; vida é movimento. O esporte é uma rica fonte de saúde e de vida

Ainda Há Juizes no Brasil!

(Continuação da página 8)

de regular essa exposição a venda, tudo isso é matéria que foge aos objetivos dessa ação penal e que aliás cabem nos limites da esfera administrativa, de certo modo no campo do "Poder de Polícia", que evidentemente não é um poder arbitrário e onipotente, por que sujeita ao exame por meio próprio, do Poder Judiciário. Pelo exposto e o mais que dos autos consta, julgo improcedente a denúncia e absolvo Donário José de Souza, Registro Civil quinhentos e quatorze mil novecentos e cinquenta e um e José Fernando Vasconcelos Carreira, Registro Civil quatrocentos e vinte e um mil e sessenta, como absolvidos tenho, o que faço nos termos do artigo trezentos e oitenta e seis, número três, do Código de Processo Penal. Façam-se as devidas anotações e comunicações. Custas, na forma da Lei. P. I. R. Rio de Janeiro, vinte e oito de Julho de mil novecentos e cinquenta e dois. (a) *Carlos Luiz Bandeira Stampa.* (a) *Montenegro Netto.* (a) *Wilson Lopes dos Santos.* (a) *Paulo F. Mercadante.* — CERTIFICA mais que a sentença retro passou em com relação ao Ministério Público. — NADA mais se continha em a peça para que bem transcrita fielmente dos próprios originais aos quais me reporto e dou fé; e depois desta conferir e achar tudo conforme subscrevo e assino nessa cidade do Rio de Janeiro aos seis dias do mês de Agosto de mil novecentos e cinquenta e dois. Eu, *José Euzébio de Carvalho Oliveira Sobrinho,* escrivão subscrevo e assino. (a) *José Euzébio de Carvalho Oliveira Sobrinho*".

Após tão douta sentença, cremos estar redimidos do "crime" que nos acusaram e esperamos, mesmo, corresponder ao brilhantismo do ilustrado Juiz da Quarta Vara Criminal, que mostrou existir bom senso e equilíbrio na Justiça Brasileira.

Após um pouco de natação, esta nudista descança alegre numa praia da costa inglesa

Pequena História da Vitamina "C"

HERMÍNIO MAGALHÃES MACEDO
(Do Corpo Discente da Faculdade de Ciências Médicas)

(CONTINUAÇÃO DO NÚMERO ANTERIOR)

QUADRO CLÁSSICO DOS SINTOMAS DO ESCORBUTO

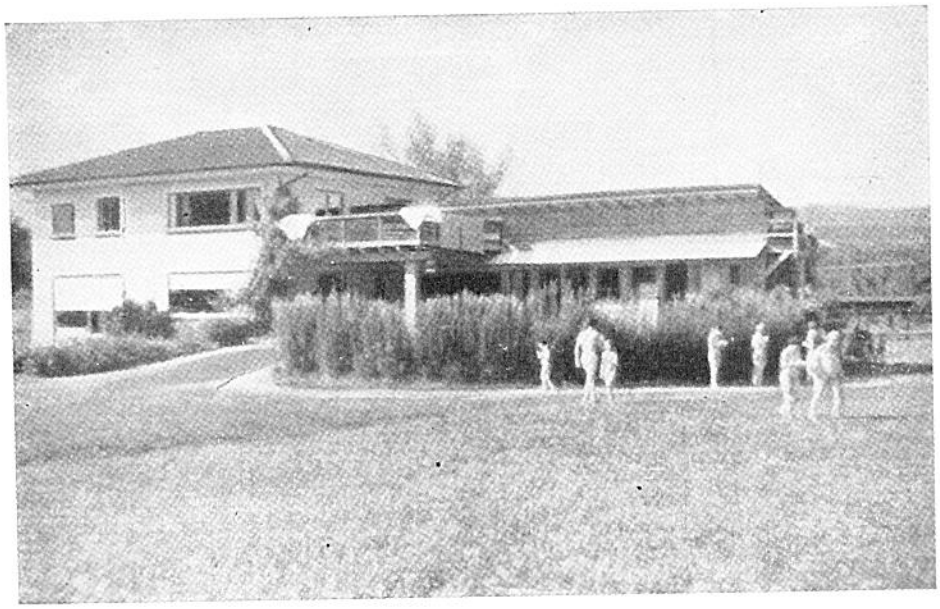
1 — Hemorragias: cutâneas e sub-periósticas, das mucosas bucal e digestiva, musculares, periarticulares. Estas últimas soem ser muito dolorasas.

2) — As bochechas apresentam-se tumefeitas e sangrando, e podem tornar-se sede de infecções secundárias, pois apresentam a resistência local muito diminuida e servem de "porta de entrada" aos processos infecciosos.

3) — Os ossos fraturam-se com a maior facilidade e apresentam dificuldade em sua cura. A formação do calo não se faz fàcilmente. Teremos alterações ósseas e periarticulares profundas nas formas crônicas. Cessa a formação da matriz orgânica.

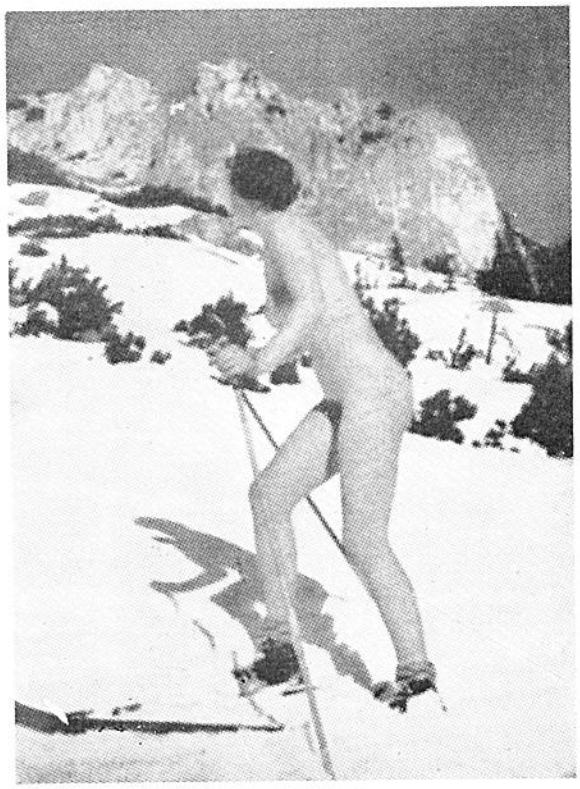
4) — Os dentes se alteram precocemente. Afrouxam-se os tecidos do periodonto (graças a uma periodontite) e os dentes caem fàcilmente ou são arrancados com uma débil tração (gengivite expulsiva). A dentina é porosa e mal calcificada. A polpa fica hiperemiada. Veremos uma alteração característica dos odontoblastos, que aparecem dispostos irregularmente e com lesões degenerativas. Nas formas crônicas aparece osteodentina abundante em plena polpa dentária.

(Continúa na página 14)



Aqui vemos uma família inteira de cultores do naturismo num campo de nudismo alemão

Uma tela de Rubens? Uma foto de Dienes? Não. E' um poema mudo criado pela natureza...



Nas estepes também os nudistas praticam seus esportes favoritos. Aqui, nesta paisagem suiça, esta linda jovem passeia

PEQUENA HISTÓRIA DA VITAMINA "C"

(Continuação da página 12)

Êsses são os sintomas primários, que têm o papel de alarmar o doente, de alertá-lo acêrca do perigo que corre. Descurando-se o indivíduo, aparecem então os sintomas secundários, de caráter muito mais grave, pois vamos ter o indivíduo com uma grande anemia, aparição de transtornos digestivos e profunda debilidade geral. A morte é consequência de diarréias ou infecções como a pneumonia, que aparecem devido ao enfraquecimento progressivo e paulatino do organismo.

Além dos dados clínicos acima mencionados, poderemos ainda ter o auxílio do laboratório, a fim de confirmarmos nosso diagnóstico pois a taxa normal de ácido ascórbico no sangue, que é de 1,2 mg % desce a 0,5 mg % ou ainda menos.

Além disso, a eliminação diária de ácido ascórbico pela urina torna-se menor, permanecendo muito aquém da taxa normal, a qual se situa numa faixa compreendida entre 30 a 50 mg por dia. Teremos também, como comprovantes do diagnóstico os "testes de prova".

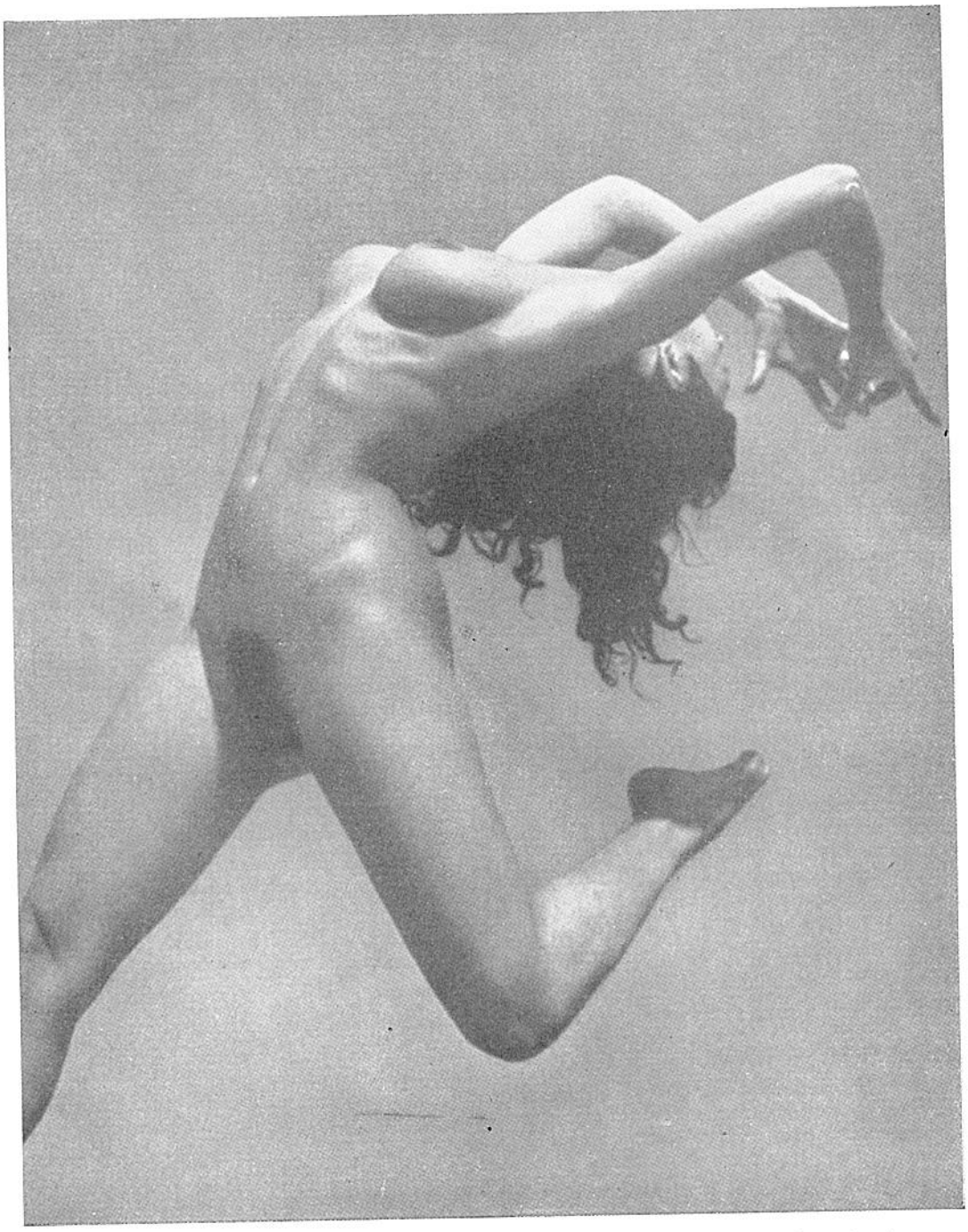
Êstes se realizam: a) pela administração de 100 mg de ácido ascórbico a uma pessoa; se ela o elimina ràpidamente, será dada como normal; se o retém, será tida como um indivíduo carenciado; b) pela busca da fragilidade dos capilares sanguíneos. Êsses métodos permitem-nos distinguir uma insuficiência leve ou ainda inaparente do ácido ascórbico.

Conhecida a causa da doença, o passo seguinte seria descobrir uma maneira eficiente de nos prevenirmos contra ela e dela nos curarmos, em suma, a obtenção da vitamina "C". Ora, o eterno desejo dos químicos é produzir substâncias, de um modo sintético, cada vez mais e mais puras, e o mais condensadas possível. Temos um exemplo belíssimo do fato indicado no casal Curie. Êles queriam obter o rádio puro, custasse o que custasse, e não se contentariam com o simples e rudimentar conhecimento das qualidades misteriosas dos minérios dò urânio. E para obter êsse rádio no estado de pureza, lutaram anos seguidos, gastaram rios de dinheiro, muito sofreram e se sacrificaram em prol do seu ideal.

O mesmo caminho trilhou o vitaminólogo húngaro, Dr. Alberto Szent Gyorgyi, sobrinho do professor Miguel Lenhossek, ilustre anatomista conhe-

(Continúa na página 18)

Um casal de nudistas, da F. K. K., diverte-se vendo seus colegas em salutar recreio



Um espetacular salto de "ballet"? E' o que parece fazer esta saudável nudista alemã

Através da "cêrca dos preconceitos", esta nudista tenta descortinar a paisagem

Pequena História da Vitamina "C"

(Continuação da página 14)

cido em todo o mundo científico de então. Seu avô e bisavô maternos haviam sido catedráticos na Faculdade de Medicina da velha Universidade de Budapest. Pelo lado paterno, seus ascendentes eram grandes proprietários rurais, altas patentes do exército e magistrados.

Por mais que falássemos dessa figura imponente, sempre estariamos dentro do limite do insuficiente. Szent fez jus ao prêmio Nobel, pelos seus trabalhos, realmente notáveis, sôbre vitaminas. Separou a vitamina "C", em parte do cortex da suprarrenal de bois do matadouro de Chicago, e em parte do suco de laranja.

Por sua vez, King e Waugh a separaram do suco de limão.

O Dr. Gyorgyi, em 1927, no laboratório da clínica Mayo, conseguiu isolar o primeiro cristalzinho branco da vitamina "C". Seu laboratório mais parecia um açougue ou uma quitanda do que um templo da Ciência, como o era na realidade. Muitos quilos de suprarrenal foram necessários para que se obtivessem as primeiras 25 gramas de vitamina "C".

Pensou-se logo no batismo da nova substância insulada, e o padrinho, não o seu descobridor, mas sim o chefe da Clínica Mayo, que escolheu o nome do ácido hexurônico. Cinco anos mais de experiência e o autor verificaria que êste ácido hexurônico nada mais era do que a própria vitamina "C", anti-escorbútica. Batizou-se então a substância como sendo o ácido ascórbico, nome que até hoje persiste. Já 400 anos antes, Cartier fazia uso e "sabia o efeito" dessa substância nos escorbúticos, graças ao emprêgo de chá de agulhas verdes de pinheiro. Porém, na realidade, nem mesmo a conhecia . . .

S. Gyorgyi foi o mágico que tornou visível a tal substância misteriosa contida nas agulhas.

Em 1912, Holts e Froelich, observando certos animais, verificaram o aparecimento do escorbuto quando acabava a forragem verde, e o seu desaparecimento quando esta reaparecia.

Nem todos os animais entretanto são sujeitos ao escorbuto. Se o Homem, o macaco, o cabrito, o cobaio o são, por seu turno o rato, o cão, e algumas aves não o adquirem, pois seus organismos são capazes de sintetizar a vitamina "C", graças ao seu fígado, que representa o papel de um verdadeiro laboratório produtor desta vitamina, o que impede que o animal dela tenha carência.

No cobaio, observam-se os sintomas seguintes: as articulações se edemaciam tornando-se dolorosas, e o animal evita apoiar-se sôbre elas, adotando sempre uma posição recostada sôbre o dôrso, denominada "posição escorbútica". Observam-se às vezes fraturas ósseas. Aparecem hemorragias subcutâneas e articulares. O epitélio capilar degenera, o que é comprovado por observações microscópicas. Os dentes são os primeiros a apresentar alterações manifestas, como o desaparecimento da camada odontoblástica, calcificação amorfa da pré-dentina, com ausência dos canais de Tomes; a dentina torna-se porosa, e teremos uma dilatação da cavidade pulpar, com edema, hemorragia e lesões nos nervos. — (Continúa no próximo número).

Duas jovens nudistas procuram refazer um manuscrito encontrado na praia

NÃO PAREMOS O TEMPO

J. P. SCHETTINI

PARA se julgar qualquer trabalho mister se torna um conhecimento, se não amplo, pelo menos razoável daquilo que se tem em vista. Não devemos dar uma opinião, sob pena de nos expormos ao ridículo, em matéria da qual não entendemos, embora solicitados, e nem levar à luz da praça os nossos princípios quando êstes se choquem com o que vamos opinar.

Um cultor da escola clássica, diante dos trabalhos desta plêiade de artistas modernistas, só pode dizer horrores da arte moderna. Um parnasiano, nascido e criado sob o ritmo maravilhoso dos alexandrinos dos bardos do passado, não acha nenhum nexo nos poemas de hoje. Isto na pintura e nas letras. E na escultura? Que monstros incognoscíveis são hoje expostos em nossos salões! — segundo pensar dos saudosistas.

Entretanto os nomes dos artistas da atual escola transpõem fronteiras e se tornam glórias universais. Não vamos citar um por um, porém, o leitor — se acompanha o movimento cultural — que faça um rápido exame de conciência e veja quantos nomes ilustres de poetas, pintores, escultores etc. estrangeiros foram e são citados, por seus méritos, nos nossos principais órgãos de divulgação!

A arte moderna também tem vida, tem sentido, tem vibração... E' uma obra que se faz para um mundo que evoluiu, para as culturas que sentem o objetivo e não para as que necessitam legendas ou enfadonhos textos. Gostamos muito da escola clássica mas isto não nos impede de admirarmos, dando o justo valor, a arte do século. O mundo marchou e nós seguimos a cadência dos tambores. Nada de querer parar o tempo, senhores do passado, vivamos o século presente senão ficaremos desajustados!

Antigamente certos livros e revistas eram considerados leitura de alcova, aqueles com descrições mais íntimas e estas com anedotas por demais picantes e nós, pequenos jornaleiros ambulantes da província, tinhamos fregueses (?) certos no seio das famílias, que nos gratificavam em troca do sigilo absoluto — dos seus chefes e das línguas viperinas. Nossos patrões não descobriram nunca os nomes dos compradores (?) embora a vendagem dêsse gênero de publicações fôsse excelente. Pensavam que as pervertidas das "pensões chics" fossem as leitoras — elas que nunca nos compravam nada, coitadas!

Alguns livros mais ou menos condenados no passado hoje são sucessos de bilheteria nos cinemas do mundo inteiro. Também, naquela época, era despudorada a jovem que desejasse estudar medicina...

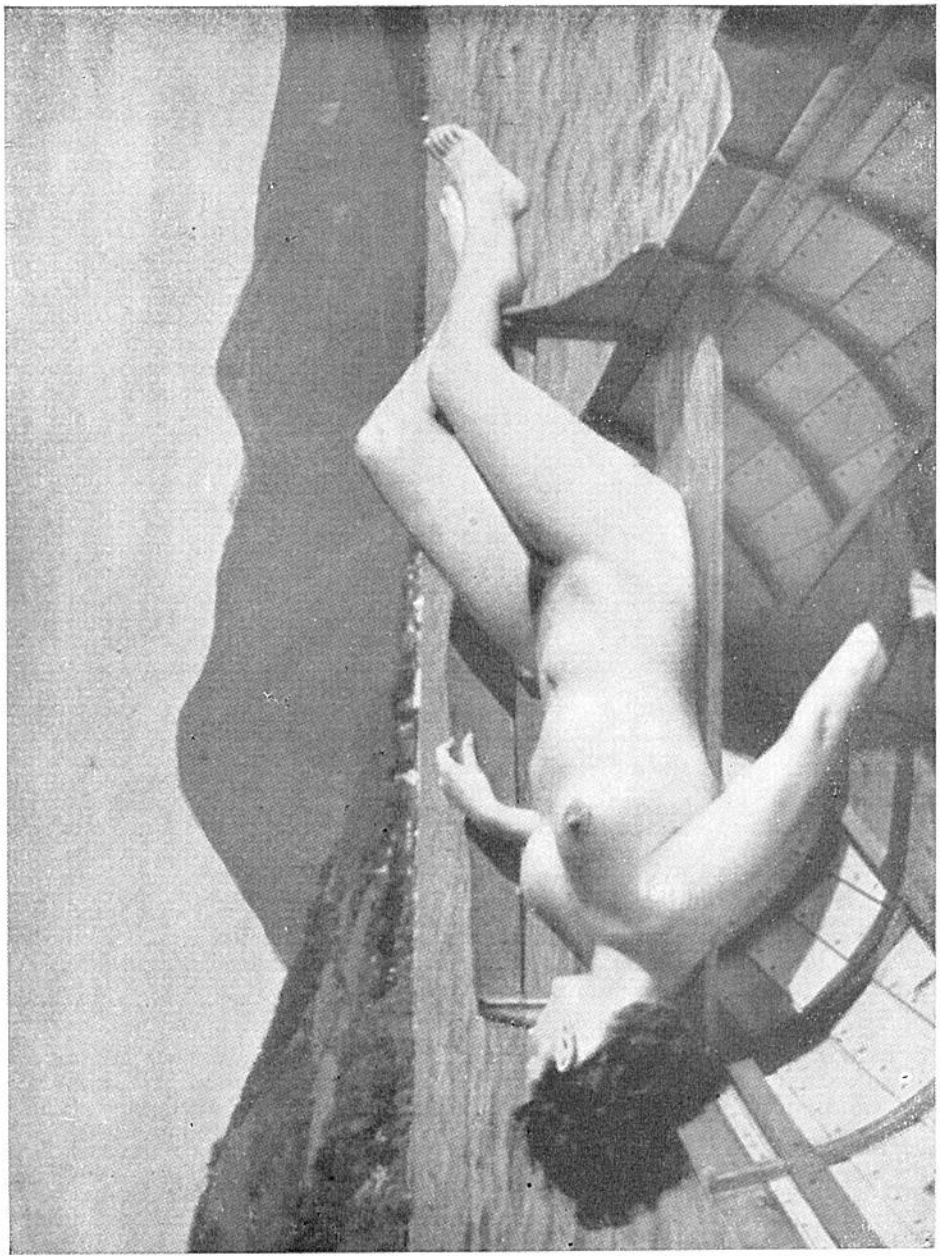
Das revistas que vendíamos, uma tradicionalíssima, que cultivava a arte no seu mais elevado sentido, trazia lindas tricromias dos quadros de nus premiados nos principais salões do universo. Conservadora em todos os sentidos, esta familiaríssima publicação gozava o privilégio de ser ansiosamente esperada pelos lares das "personas gratas" do lugar. Gente culta, inteligente, amante das artes e das letras, que não tinha uma segunda intenção, algumas delas, tão notórias, que aparecem hoje no cômputo nacional — e olhe que para um provinciano aparecer dêsse modo é preciso ter mesmo talento!

Êste amontoado de considerações é apenas porque num dos mais brilhantes diários do Rio, que também acolhe uma excelente seção de "sex-appeal", três leitores responderam a uma enquete sôbre se eram ou não favoráveis à apreensão das revistas dêsse gênero. Em três ou quatro linhas de 10 cíceros sob os respectivos "clichés", não podiam dar melhor foto de seus conhecimentos, cabendo ao leitor o julgamento do nível cultural de cada um. O primeiro declarou: "sou a favor da apreensão, pois acho que é uma afronta aos princípios cristãos". Êste nunca leu a "Bíblia", o guia da humanidade. O segundo disse: "Sou casado e não desejo a corrupção das famílias. As revistas que trazem nus são um convite à degradação da nossa juventude". Êste pertence à classe dos que só vêm as fotos e respondeu sem conhecer os fundamentos do livre culturismo. O terceiro, por sinal uma moça, respondeu: "Sou de opinião que não devem ser apreendidas. O nu não é imoral, desde que possa ser encarado como arte. Condeno, entretanto, que fiquem ao alcance de menores".

Quem demonstrou cultura ao responder?

As revistas de "sex-appeal" são impróprias para menores de 18 anos como o são muitos filmes e peças teatrais. Agora, sejamos francos: você seria capaz de assistir duas vezes a um "ballet" harmonioso nos passos mas cujas componentes fossem cambotas, cambetas, magrérrimas e desdentadas?

Se o seu espírito é bisonho você olhará as "girls" — e não o que elas fazem...



Uma foto para filosofia: abandonados, o nudista e o barco. O mar é a maldade humana...

CARTAS À REDAÇÃO

A. C. Caldas - Recife - Pernambuco - O amigo esqueceu-se de dizer quais os números que deseja. Também consumimos selos do correio em grande escala, portanto não vemos inconveniente em sua proposta. Diga-nos os números, exceto os 1 e 2, que estão esgotados. Restabeleça-se e tome uns banhos de sol. Nós não achamos as enfermarias, embora confortáveis, lugares excepcionais. Quando regressar à gloriosa capital potiguar, dê-nos o seu endereço. Queira-nos bem.

J. Romariz - Duque de Caxias - E. Rio - O amigo é prático: disse tudo com poucas palavras. Resposta ao 1.º ítem: não; ao 2.º: também não. Em ambos é uma questão de educação, apenas. Ao 4.º: sua sugestão não é má e prometemos estudá-la uma vez que o naturismo não é antifamiliar. Quanto aos artigos pedidos, o "Dr. Sabe Tudo" breve os publicará. Muito obrigado pela idéia.

N. Gonçalves - S. Paulo - S. P. - Pedimos remeter-nos (rua Fernando Esquerdo, 885 - Maria da Graça - Meier - D. F. - Dr. J. F. V. Carreira) a revista "Consultor Fiscal de Higiene, Alimentação e Saúde Pública" em permuta. Tudo que se referir à higiene (mental) e saúde nos interessa e autorize-nos transcrever (é claro que citaremos a fonte). Aguarde que teremos imenso prazer em "depor" no seu inquérito e damos a êle tanto valor que o faremos em artigo, respondendo todos os tópicos. Se vier ao Rio, procure-nos. Muito prazer.

R. Martins - Belo Horizonte - M. G. - Suas revistas não foram tôdas visto acharem-se esgotados os ns. 1 e 2. Você tem o 3 e recebeu o 4. Receberá o 5 e o 6 no lugar do 1 e 2, que só em 2as. edições, que breve imprimiremos. Está bem? Abraços.

J. Santana - Cachoeiro do Itapemirim - E. Santo - Já tomamos as providências. O amigo nos será muito precioso aí na intrépida terra do Rubem Braga. Em todo caso, se quiser dirija-se ao nosso distribuidor — José Fico - rua da Constituição, 56-1.º - Rio.

F. Espôsito - Ubá - M. G. - O sr. José Fico, nosso distribuidor, é "assai buona gente" e já encaminhamos a êle o seu pedido.

W. Josef - Campinas - S. P. - Anotado. Aguardamos o novo endereço.

J. A. de Castro - Cachoeiras de Macacu - E. Rio - S. Terrabuio - Osvaldo Cruz - S. P. - Providenciado junto ao nosso distribuidor.

A. Joaquim - D. F. - O amigo demonstra evolução. Sabe a época que vive. Muito obrigado pelas palavras de sua carta e agradecemos também a assinatura. Aí, onde você está, tem coisas... piores.

O. P. Nogueira - Itajubá - M. G. - Meu caro, gostamos de suas palavras. Os ns. 1 e 2 só futuramente. Os 3, 4 e 5 serão remetidos pelo reembôlso. Quanto ao álbum, que por sinal será belíssimo, satisfaça primeiro as exigências da ficha que pedimos nêsse número. Não precisa cortar a revista: basta copiar.

B. S. Dias - Estação de Mário Campos - M. G. - Os ns. 1 e 2, só futuramente. Os outros serão remetidos. O preço de assinatura vai nêste impresso. Fique bom, amigo, e venha para o sol conosco.

J. P. Valverde - São Paulo - S. P. - Os ns. 1 e 2 estão esgotados. Como você remeteu a importância, receberá os ns. 5 e 6. Muito obrigado pelas palavras e asseguramos que o nosso ponto de vista é puro como o seu. Mande-nos, logo que possa, o novo endereço.

S. Iturbide - D. F. - Para evitar sua viajem a Maria da Graça, arrisque um telefonema para 43-7753 (seção de obras) e você poderá bater um papo conosco, pois estamos sempre na oficina revendo provas. Aliás isto é mais prático para os residentes no D. F. e que queiram apresentar sugestões.

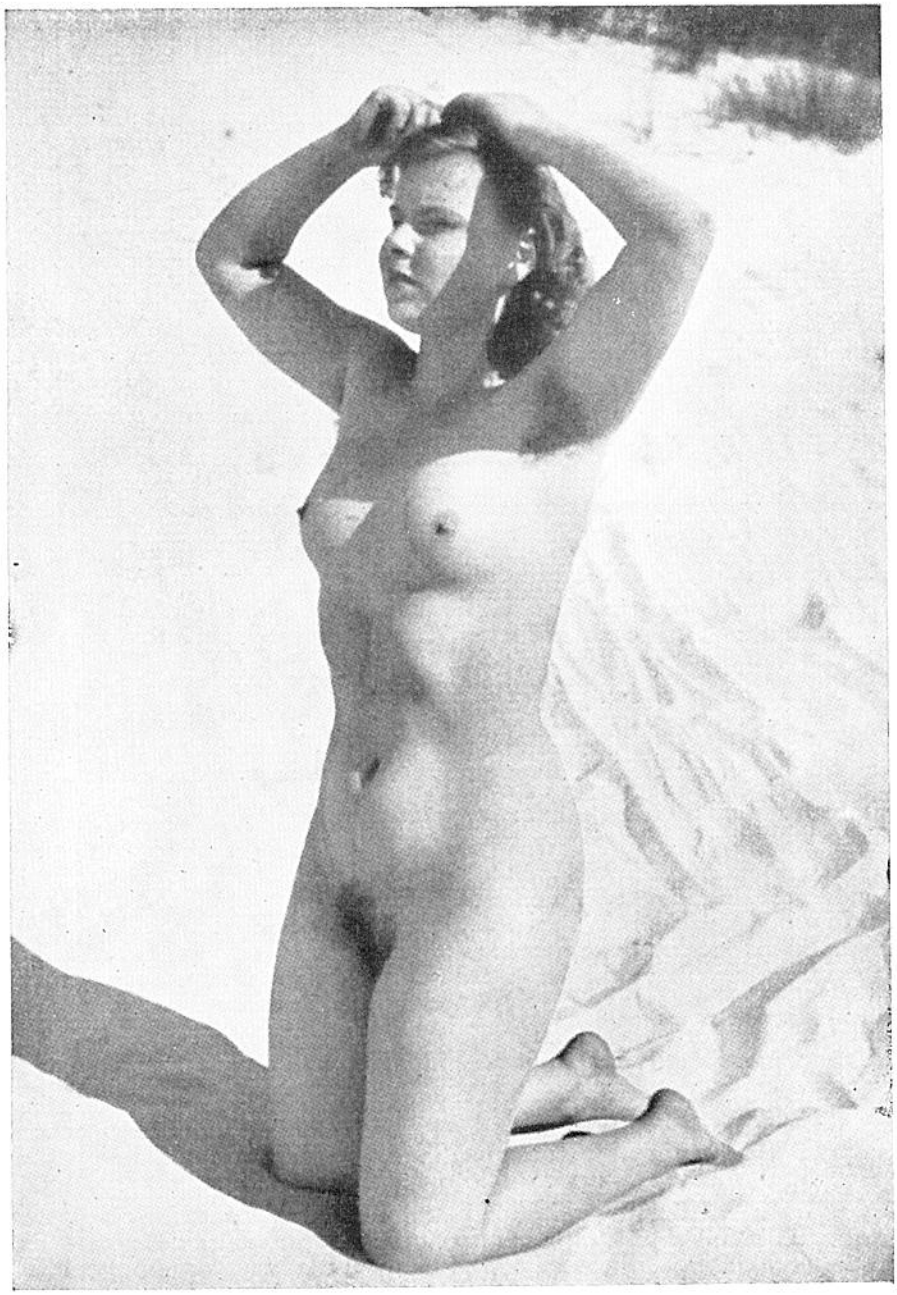
Neusa - D. F. - Você é inteligente viva. Concordamos consigo em gênero e número, porém há certas "nuanças" que não podemos explicar destas colunas e a falta do seu endereço nos deixa em dívida com você. Gostamos imenso da sua crítica e agradecemos, de todo o coração, as suas sugestões.

Célia - São Paulo - S. P. - A resposta para você é a mesma da Neusa. Vocês pensam da mesma maneira. A carta da Neusa é de 28 de maio e a sua é de 29: esta é a única diferença. Quando nos escrever dirija-se, doravante, ao dr. J. Fernando V. Carreira. O endereço é o mesmo. Sol, ar puro, ginástica suave e leito duro é o que aconselham as revistas de moda e beleza para se manter a plástica. Boa sorte, amiga Célia.

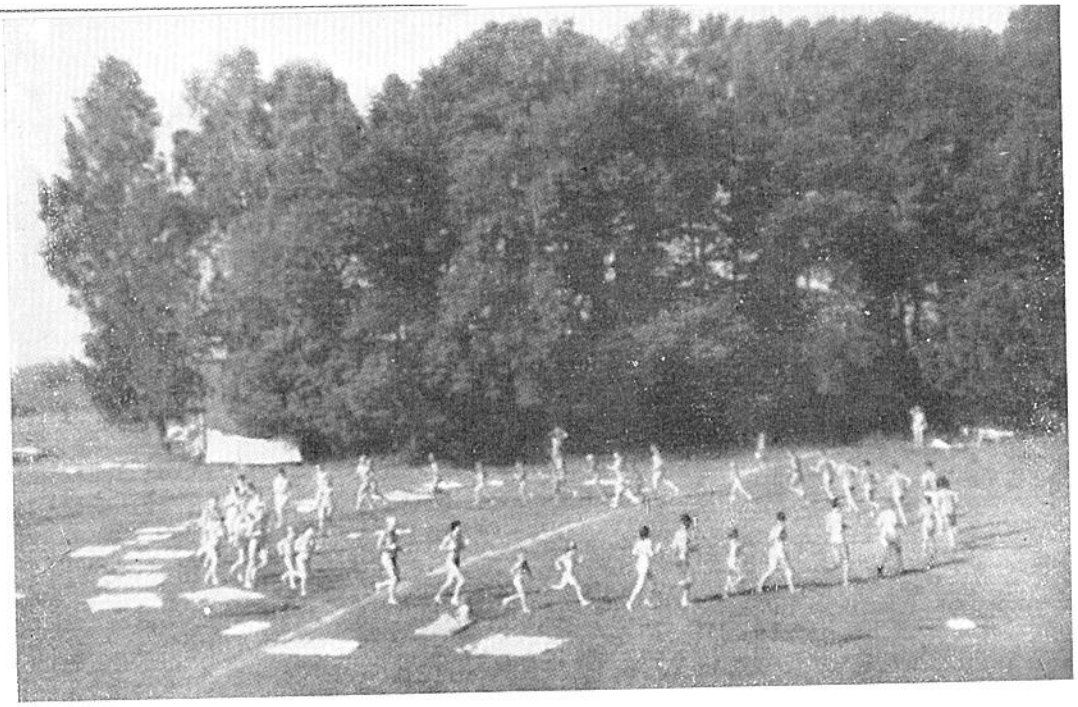
PEDIDOS DE NÚMEROS ATRASADOS

Levamos ao conhecimento dos nossos leitores que os dois primeiros números de SAÚDE E NUDISMO acham-se inteiramente esgotados. Embora lançassemos com otimismo esta publicação, nunca podíamos esperar que já no terceiro número fossemos forçados a quintuplicar a tiragem a fim de satisfazermos os pedidos. A confecção de um número desta revista não fica barata e não depende só de nosso esfôrço havendo outros fatores que retardam a boa marcha dos trabalhos. Como são inúmeros os pedidos e SAÚDE E NUDIS-

(Continúa na página 24)



Após deixar seus contornos na areia, esta alemã prepara-se para novas diabruras



Uma fase do "exercício preparatório" da ginástica, numa sociedade nudista do Velho Mundo

CARTAS À REDAÇÃO

(Continuação da página 22)

MO vale mais como coleção devido aos importantes assuntos científicos nela inseridos, alguns dos quais tão transcendentais que por demais extensos somos forçados a publicá-los em séries, como não desejamos prejudicar as coleções, avisamos que republicaremos, em novas edições, os números 1 e 2. Como teremos de recompor a matéria e novamente fazer os clichês, uma vez que os usados foram desmontados e assim inutilizados, precisamos de tempo. Entretanto, sem prejudicar as edições normais, e logo nossas oficinas possam confeccionar dois números num só mês, satisfaremos nossos leitores. Esperamos em dezembro nos ser possível anunciar a saída do número 1.

F. Caselato - Santos, S. P. - J. Simbelis - S. Paulo, capital - N. B. Nunes - Três Rios, E. Rio - N. Goulart - S. Paulo, capital - G. O. G. Reis, Ponte Pequena, S. P. - A. Dantas - Guarulhos, S. P. - J. Lamounier - Belo Horizonte, M. G. - A. V. Santos - D. F. - A. Ramos - Gov. Valadares, M. G. - H. M. Pinto - Volta Redonda, E. Rio - J. P. Valverde - S. Paulo, capital — A resposta para os nossos presados leitores acha-se no tópico anterior (ns. 1 e 2, esgotados).

J. A. Andrade - Pôrto Murtinho, M. Grosso — Só nos é possível atender quanto ao número 3.

J. P. Paulo - Belo Horizonte, M. G. - J. B. Soares - Manhumirim, M. G. — Atenderemos ao que pedem, exceto os 1 e 2.

M. M. F. Seabra - D. F. — Atenderemos quanto aos ns. 3 e 4. Quanto ao 1, nada feito, por enquanto.

O. A. Caporelli - Santos, S. P. - L. Vicentini - Santo André, S. P. - A. L. Roque - Campinas, S. P. - I. C. Veloso - Santos, S. P. - M. Y. Yoshisako - Mogi das Cruzes, S. P. - W. Aubin - S. Paulo, capital - C. Gomes - Garça - S. P. - D. M. Gomes - Belo Horizonte, M. G. - Dr. J. Bastos - Recife, Pernambuco - D. Lavôr - Cachoeiras de Macacu, E. Rio - H. C. Nogueira - Tôrre, Pernambuco - J. S. Rocha - S. Paulo, capital - A. E. Santos - Belo Horizonte, M. G. - W. C. Amaral - S. Paulo, capital - V. R. Jr. - S. Paulo, capital - J. L. Filho - S. Bernardo do Campo - S. P. - L. Batitucci - B. Horizonte, M. G. - A. Santos - Caxias, E. Rio — Serão atendidos quanto ao n. 3. Os 1 e 2 só futuramente.

J. H. Mendonça - D. F. - O. Sims - Campinas, S. P. - A. S. Conceição - Belo Horizonte, M. G. — Serão atendidos quanto aos ns. 3 e 4. Os 1 e 2 talvez em janeiro próxi ns. 3 e 4. Os 1 e 2 talvez no começo de 53.

J. Marçal - Mário Campos, M. G. — Só o n. 3. O 2, no momento, não é possível.

N. F. Lima - Orlândia, S. P. — Teremos imenso prazer em lhe atender.

A. H. Vicentini - Rio Claro, S. P. - U. G. Nascimento - Recife, Pernambuco - I. Blinder - S. Paulo, capital - J. Mendes - Recife, Pernambuco — Serão atendidos quanto ao n. 4. Os 1 e 2 só no começo do próximo ano.

Esta "pescadora", ao que parece, não ficou decepcionada com a sua "pescaria"...

Cultura do Corpo Livre ou Naturismo?

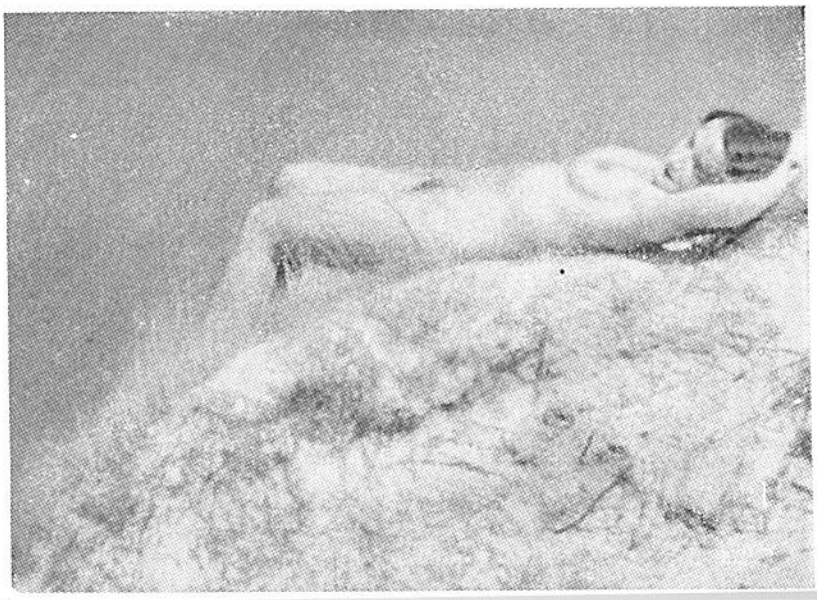
P. P. PAULUS

A DENOMINAÇÃO de "Cultura do Corpo Livre" é um título que não se pode considerar dos mais felizes. Apesar disto estas três palavras se firmaram no seio da F. K. K. pelo motivo de, até hoje, não se ter encontrado outras mais acertadas, embora muito se tentasse. Com certeza o batismo "Cultura do Corpo Livre" formou-se na hora que se quiz dar ao título "Cultura do Nudismo" uma expressão bem diversa, como um gôsto meio duvidoso. Isto não agradou aos sócios da F. K. K. Sôbre "cultura do nudismo" entendia-se tudo o que se relacionava com nudismo. Cultura de nudismo é coisa de cabaré, com cenas de despir e vestir roupas, etc. Também a F. K. K. usava estas palavras que não correspondiam os desejos de seus sócios, devido aos banhos de mar, em mistura dos sexos, ambos nús, entrarem em choque as aspirações naturais da F. K. K. com os demais centros.

Infelizmente a palavra "cultura" (que devia ser evitada) foi modificada de "cultura de nudismo" para "cultura de corpo livre". A F. K. K. não é uma cultura na expressão da palavra; ela é mais uma forma de vida que, segundo o escritor Herbert Rittlinger, não é necessário comentar por não ser internacional e sim apenas individual.

Em todo caso, "cultura" é outra coisa.

A "Cultura do Corpo Livre", em alemão "Freikörper kultur", recebeu a abreviação de F. K. K. e é usada no círculo das suas organizações. O nome "Cultura do Corpo Livre" não se tornou popular, apesar de vários e amistosos artigos na imprensa. Há pouco tempo, numa revista, veio um convite a F. K. K. pela associação D. F. K., clube alemão da cultura do corpo livre ("Deutscher Bund für Freikörperkultur") em combinação com o festival britânico para o congresso dos naturistas. Usou-se esta denominação de naturismo como interpretação de diversos nomes das organizações com fins iguais. E' impossível confundir-se, apesar dos nomes diferentes, as finalidades das mesmas. Mesmo assim, se alguém, de qualquer forma, deturpar a definição, sugiro dar um nome para o mundo inteiro entender, como por exemplo, "Praias da Abissínia", que seria entendido em todo o planeta. Se esta minha sugestão encontrar opositores, que venham êles logo apresentando, desapaixonados e em têrmos tolerantes, as suas idéias para debatermos.

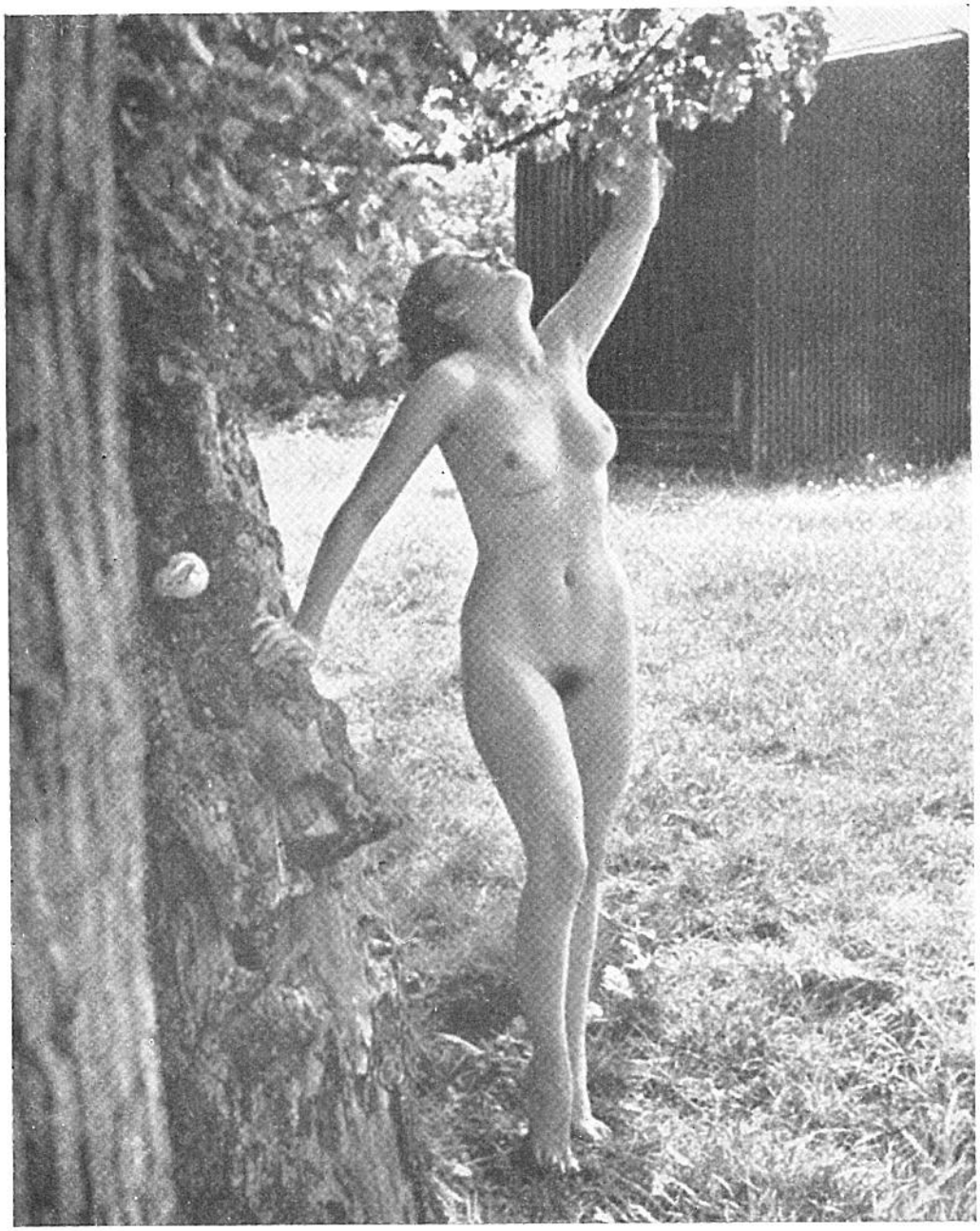


ENTRE NÓS

(Cont. da página 2)

beneficiarem-se dos banhos de mar e de sol completamente desnudos. Os banhos integrais são muito mais benéficos que os parciais e, por isto, livremo-nos das roupas de banho.

Senhor redator, ser-me-ia grato abrir esta questão em suas colunas e debatê-la, certo de encontrar muitos interessados que queiram opinar e discutir o assunto. — H. K.



Esta nudista, após o banho no lago, passeia e diverte-se nas proximidades de seu campo

O TEMA ATUAL

HANS HESKEL

ESTAMOS vivendo numa época de progressos. O tempo evoluiu a mentalidade dos sêres, acontecimentos sucedidos no passado e que foram julgados pela opinião pública como fora do normal, hoje são vistos como uma consequência natural dessa evolução. Não é o tempo que se deve ajustar aos nossos princípios e, sim, nós que devemos acompanhar o rítmo acelerado do tempo. Costumes tradicionais foram substituidos por outros mais práticos e úteis. Princípios sociais foram abolidos por julgarem-nos desapropriados e tudo isso para atingirmos um mundo melhor, mais civilizado.

No momento, talvez causado por êste grande filme italiano, "Amanhã será tarde demais", surgiu a tese que está sendo debatida, qual seja se deve ou não a criança ser, pelos próprios pais ou em colégios, instruída sôbre sua origem, sôbre a vida como realmente ela é.

Infelizmente, nem todos acompanham o rítmo do tempo, muitos se recusam, não por falta de inteligência, mas simplesmente por puro preconceito fora de moda, por quererem êles mesmos se elevarem ao pedestal de puritanos. Não aceitam de maneira alguma as razões lógicas e aconselháveis de ensinarmos aos menores o caminho a ser percorrido, a fim de evitarmos que êles, sem noção alguma, se percam num caminho para êles completamente desconhecido. Muitos preferem que aprendam sòzinhos, mas não fazem idéia de que muitas vezes êles vão buscar as explicações negadas em lugares sem recomendação alguma, aonde muitos dêles, os de espírito fraco, acabam corrompidos. Na minha opinião acho mais recomendável que, ao invés de aprenderem na rua ou em qualquer outro lugar, que fossem, em suas casas ou em colégios, instruídos por mentalidades mais amplas e esclarecedoras.

Todo fruto proibido é desejado. Para que despertar-lhes a curiosidade ? Para que esconder a realidade, para fazê-los caminhar no escuro ? No fim, todos aqueles que fazem uso do raciocínio chegarão à conclusão de sermos nós mesmos os principais causadores dos pensamentos maldosos que afluem e dominam os adolescentes, justamente por sermos os primeiros a maldarmos, muito embora já tenhamos inteligência suficiênte e compreendamos a vida e suas necessidades, por que então não os fazermos encarar a situação assim como nós tendo o mesmo ponto de vista ?

Existem palavras, existem termos, precisamos usá-los para o bem de nossos filhos, que a natureza é livre de pecado, que é bela e pródiga em todos os seus fenômenos.

"Bendito é o fruto de vosso ventre"... tôdas as crianças aprendem êste trecho. Proibam-no, senhores !

UMA RICA FONTE DE VITAMINAS

O limão, além do seu grande valor como antissético, é uma das mais ricas fontes vitamínicas. Associado ao mel de abelhas, em dóses iguais, torna-se um poderoso reparador dos complexos orgânicos motivados por deficiências de vitaminas. Há quem afirme que o limão fresco e o mel de abelhas, em partes iguais e uso moderado, chegam a conter e a proporcionar tôdas as vitaminas de que carece a vida do corpo humano. A mesma fonte aconselha não usar, em hipótese alguma, dóse superior a duas colheres das de sôpa - uma de suco de limão outra de mel de abelhas, bem batidos um e outro, para uso diário. Como vemos, a natureza é caprichosa: se nos dá complexos vitamínicos, por outro lado nos oferece meios de corrigí-los.

Só quem goza saúde e pratica esportes poderá figurar nesta paisagem, como o faz esta nudista

Êstes nudistas não sentem a temperatura porque fazem exercícios ao ar livre

Os Animais e a Higiene do Lar

OS ANIMAIS PODEM TRANSMITIR-NOS DOENÇAS — BACTÉRIAS, VIRUS E VERMES QUE NÃO TÊM CONSIDERAÇÃO COM A ESPÉCIE HUMANA

BENÍCIO ALVES SANTOS

OS CACHORROS, gatos, galinhas, papagaios, macacos e demais bicharada que constitui um complemento na organização e utilidades de um lar, podem ser portadores de doenças graves, que se transmitem fàcilmente à espécie humana, trazendo como consequência - especialmente quando não tratadas a tempo - transtornos deploráveis para infelicidade da família que os albergam sob seu teto.

Êstes fatos se verificam frequentemente em virtude da inobservância de três princípios fundamentais de higiene, que são:

1. Não deixar os animais dormir dentro de casa, e muito especialmente nos dormitórios da família, sob pretexto algum.

2. Os animais que permanecerem durante o dia no interior da casa devem ser higienicamente tratados, com especialidade certas zonas do corpo (bôca, borda do ânus, pele) onde podem albergar parasitas ou seus ovos, ou outros agentes patogênicos, perigosos à saúde do homem, devendo ser incinerados todos os produtos de suas dejeções.

3. Mandar periòdicamente ao laboratório as suas fezes para o respectivo exame, não esperando que apareçam sintomas graves desta ou daquela doença, caso em que deve ser solicitada a presença do veterinário.

Como a maioria das pessoas que possuem animais em seus lares desconhece completamente as doenças que êles podem transmitir e os meios empregados para evitá-las, seria interessante fazer uma campanha profilática através da imprensa e do rádio, esclarecendo o público sôbre qual a conduta a ser tomada em face da existência de animais de luxo, vigia ou outras utilidades nos lares, mostrando as medidas a serem empregadas com relação às suas habitações.

Não havendo fronteiras entre o organismo do homem e dos animais diante da ação nociva de agentes patogênicos de várias doenças, urge sejam tomadas medidas de caráter sanitário, destinadas a preservar tanto a saú-

Um campo excelente utilizado para a prática do "sky"

de do homem quanto a dos animais que com êle habitam. Várias são as doenças dos animais transmissíveis ao homem. Aqui, porém, salientaremos apenas aquelas mais frequentes nos animais que, pela sua condição de vida, permanecem nos lares em contácto com seus proprietários. Para facilitar a compreensão, catalogamos tais doenças em três grupos, isto é, o das doenças determinadas por "zooparasitas", o grupo das produzidas por "bactérias" e o das causadas por "virus filtráveis". Apenas com o intuito de prevenir a todos os criadores dêsses animais sôbre os perigos que podem ocorrer em face de tais doenças, focalizaremos as mais comuns de cada grupo acima citado, acompanhadas dos principais meios de evitá-las, simplesmente através de rigorosas medidas higiênicas, que constituem 80% da profilaxia geral. Damos em seguida uma relação geral dos grupos acima, considerando sòmente as doenças mais frequentemente encontradas naquelas espécies domésticas e que podem ser transmissíveis ao homem. No primeiro grupo, ou das "zooparasitoses", vamos encontrar, no cão e gato, as ancilostomoses e leptospiroses; no macaco, as micro-filarioses e espiroquetoses. No segundo grupo, as produzidas por "bactérias", constatamos frequentemente tuberculose, micoses etc., em diversas espécies animais. No terceiro grupo, ou doenças produzidas por "virus", vamos encontrar, no cão, gato, macacos e aves, a raiva como doença mais perigosa; pode-se verificar, ainda, especialmente no cão, a presença do agente do tifo exantemático, veiculado por carrapatos; e, por fim, o papagaio se apresenta frequentemente como portador da psitacose.

E' nosso intuito prosseguir nêsses artigos, mostrando os cuidados que devem ter as pessoas que possuem animais em casa, fazendo considerações em tôrno de uma por uma das doenças acima citadas especialmente quanto à transmissão entre os animais e dêstes para o homem, sobretudo as crianças que, na maioria dos casos, são as maiores vítimas de deploráveis descuidos ou desconhecimento de tais perigos.

José F. O. Carneiro

José F. O. Carneiro

. . . e aos poucos vão êles sentindo o contácto das águas, evitando o abrupto choque frio

SAÚDE E NUDISMO
Cupão N.º
3
Primeira Série
1 a 4 cupões, para receber um Album.

SAÚDE E NUDISMO
Cupão N.º
3
Primeira Série
1 à 12 cupões, para recebimento do Mapa no Concurso de uma viagem a Europa

UMA VIAGEM DE GRAÇA AOS CAMPOS DE NUDISMO DA EUROPA

Continuaremos publicando, nêste e nos números vindouros, para ciência dos leitores e assinantes de SAÚDE E NUDISMO, que dia a dia mais a distinguem, as bases para o seu sensacional Concurso, o que são as seguintes:

REGULAMENTO

1) SAÚDE E NUDISMO continuará publicando cupões numerados até perfazer uma série de 12.

2) Os leitores deverão colecionar êsses cupões para colá-los depois em um mapa, que publicaremos no penúltimo número da série.

3) A troca dêste mapa será feita, nesta Capital, em nossa Redação, e nos demais Estados do Brasil, em nossas sucursais, cujos endereços serão anunciados oportunamente.

4) Os prêmios serão em número de cinco, para cinco pessoas que formarão uma equipe de viajantes.

5) O sorteio será pela Loteria Federal do Brasil e corresponderá aos cinco primeiros prêmios da mesma.

6) Os contemplados, de nenhum modo poderão negociar seus prêmios, transferir ou doá-los a terceiros.

7) A viagem será em avião de emprêsa nacional ou estrangeira.

8) Esta viagem será de recreio e terá a duração de 15 (quinze) dias nas cidades da Europa, onde existam Campos de Nudismo.

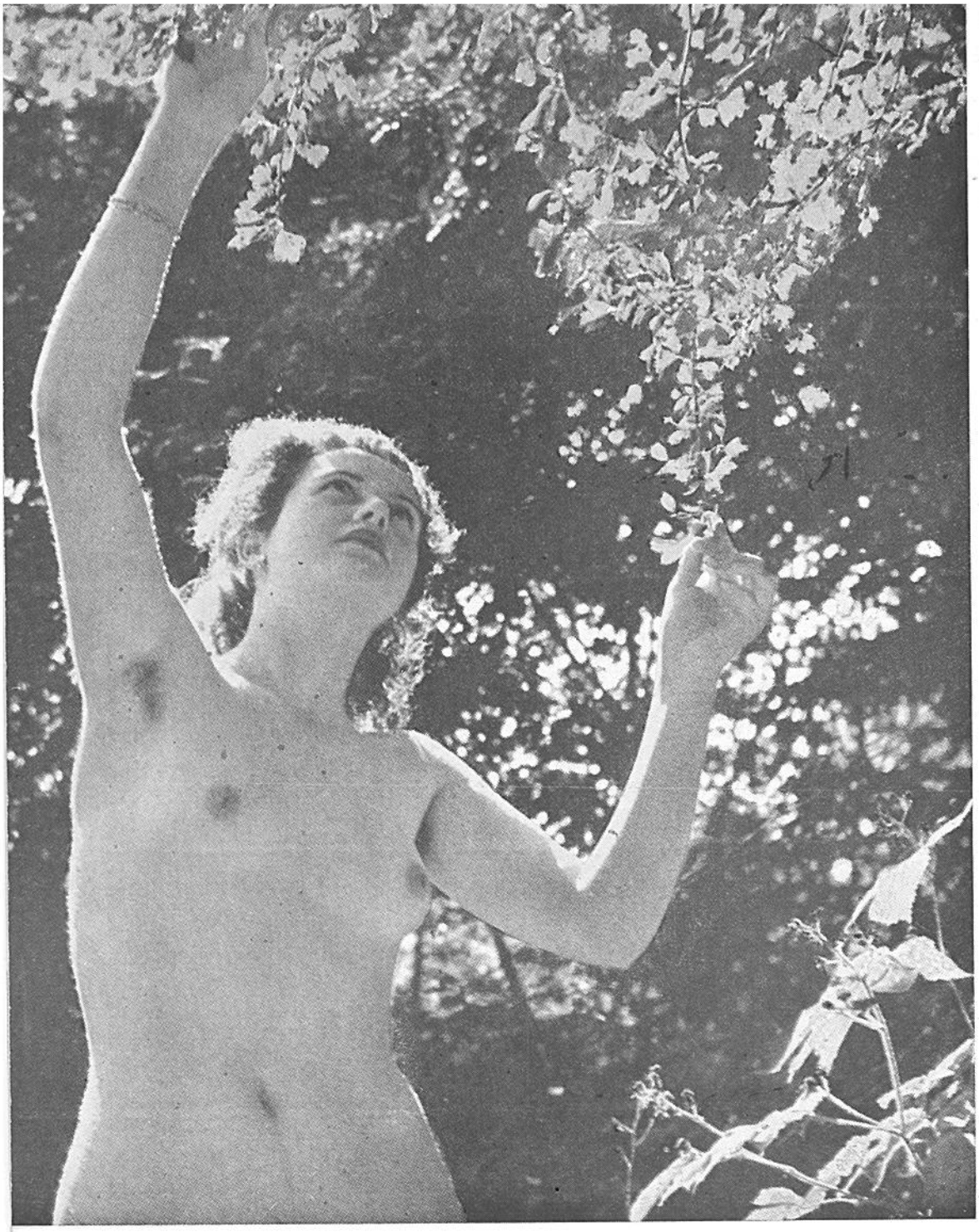
9) SAÚDE E NUDISMO custeará integralmente as despesas de viagem e permanência nas mesmas cidades.

10) Acompanharão os pioneiros do Nudismo no Brasil o Diretor-Responsável desta Revista e um jornalista alemão, nosso colaborador, que também servirá de intérprete junto a êsse culto povo.

11) As pessoas que forem contempladas deverão estar em perfeito estado físico, a fim de que possam ser recebidas nêsses Campos.

12) Os candidatos à viagem serão prèviamente examinados.

13) Se entre os cinco contemplados existir algum que, por motivo imperioso, não possa tomar parte nessa equipe, será substituído por outro, de acôrdo com as aproximações da referida Loteria, no mesmo dia que forem sorteados os cinco concorrentes.



AVISO — A venda desta Revista é expressamente proibida a menores de 18 anos, assim como a abertura de suas páginas internas nas bancas de jornais desta Capital e do Interior.

IMPRESSO NO BRASIL PELA EDITORA DE
REVISTAS E PUBLICAÇÕES S. A. "ERICA"